



2022年度一般財団法人日本ジャンプロープ連合公認インストラクター資格試験 シングルロープ 試験概要

《講義》 *全資格共通

- ①ジャンプロープの歴史から現状・各種大会・競技種目について
- ②インストラクターとしての心得
- ③応急救護

《実技試験》 *資格別

【競技種目試験】

①スピード（30秒間）

- ・スピードは JJRU ルールブックを参考にする。
- ・スピードロープはビニールロープを使用する。
- ・スピードは右足が床に接地した瞬間を1回と数え、30秒間での合計跳躍数を計測する。
- ・スピードはフライングスタートの減点がある。

※今試験は1回につき5ポイント、ジャンプ回数より減点となる。

②「連続三重跳び」と「連続はやぶさ跳び」

- ・連続で跳べた回数をカウントする。
- ・各種目につき、チャンスは2回まで。

※2回のうち、回数が多い記録が審査対象となる。

③パフォーマンス（1～2分以内）

- ・演技は、講習会で児童に見せる為の演技とする。
- ・子ども達にシングルロープの楽しさが伝わり、ミスのない演技が望ましい。
- ・「多重系」「リリース・ラップ」「アクロバット・パワー」の3要素を入れる。
- ・音源はMP3形式に変換して指定のアドレスへご提出ください。

事前提出期日：2022年6月3日（金）

提出先：zuko@jjru.sport

音源のデータ名：氏名

※指定の「データ形式」「ファイル名」に間違いがないよう必ずご確認ください。

【指導力テスト】

①前跳び・あや跳び・二重跳びから1種目選んで指導法の実演。

- ・事前に50分の指導を想定した指導案を作成。

※指導の対象は、自分で前跳びができる小学3年生3～5名。

- ・作成した指導案を基に持ち時間約 **15分間**、指導法の実演を行う。

※整理体操は省く。

※お手本・実演は必須。

※実演の途中で終了しても減点はないので、時間一杯実演すること。

- ・指導案の用紙は JJRU 指定のものを事前に提出する。

事前提出期日／2022年5月23日（月）

提出先／zuko@jjru.sport

※指導案の書き方は、JJRU ホームページより模擬指導案を参照。

※提出用の指導案用紙は JJRU ホームページよりダウンロードしてください。

《注意事項》

- ・ JJRU ホームページに載せられている審査基準をご参照ください。
- ・ JJRU 公認インストラクターとして相応しくない言動があった場合、試験結果に関わらず不合格、または、試験を中断します。